Распределение студентов 1-3 курсов очной формы обучения Сибирского федерального университета по группам здоровья для занятий физической культурой (2013-2015 год)

год	специальное медицинское отделение (в т.ч. студенты с ограниченными возможностями)		подготовительная группа			основная группа			всего			
	юноши	девушки	всего	юноши	девушки	всего	юноши	девушки	всего	юноши	девушки	всего
2013	943	785	1 928 (512)	2 138	2 733	4 871	4 050	3 786	7 636	7 738	6 679	14 435
% от общего количества			13,5%			33,7%			52,8%			100%
динамика (%) в сравнении с 2012 г	увеличение на 1,2%		снижение на 2,7%		увеличение на 1,5%							
2014	1 586	1 357	2 943	2 935	3 054	5 989	3 550	3 635	7 185	8 071	8 046	16 117
% от общего количества			18,2%			37,2%			44,6%			100%
динамика (%) в сравнении с 2013 г	увел	ичение на	4,7%	увеличение на 3,5%		снижение на 8,2%						
2015	1 878	1 670	3 548	2 418	2 620	5 038	2 976	3 278	6 254	7 272	7 568	14 840
% от общего количества			24%			33,9%			42,1%			100%
динамика (%) в сравнении с 2013 г	увеличение на 5,8%		снижение на 3,3%		снижение на 2,5%							

Анализ

состояния здоровья студентов Сибирского федерального университета (с учетом распределения по группам здоровья)

Специалистами студенческой поликлиники и Красноярского краевого врачебно-физкультурного диспансера ежегодно проводится медицинский профилактический осмотр студентов 1-3 курсов Сибирского федерального университета с целью последующего распределения их по группам здоровья для занятий по физической культуре.

В таблице приведены сведения о распределении студентов первых трех курсов за последние три года. Только около половины абитуриентов, поступающих в университет, по состоянию здоровья могут быть распределены в основную группу.

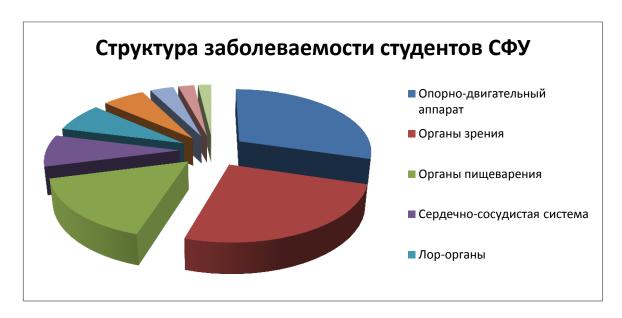
В 2015 году общее число студентов 1- 3 курсов составило 14 840 человек из них 5 795 — студенты 1 курса. Медицинский осмотр в отчетном периоде прошли 12 784 человека (86%) и 5 478 первокурсников (94,5%). Неполный охват медосмотром студентов 1 курса связан с неявкой части студентов. Студенты 2 - 3 курсов по плану продолжат прохождение медицинского осмотра в первой половине 2016 года.

Уровень и структуру заболеваемости можно рассмотреть на примере первокурсников, так как эти показатели характерны для студентов всех курсов университета.

В ходе проведения медицинского осмотра выявлено, что ведущей патологией у студентов являются заболевания опорно-двигательного аппарата — 1 208 случаев (22%). На втором месте — заболевания органов зрения, преимущественно, миопия — 1 024 случая (18,7%), на третьем — заболевания органов желудочно-кишечного тракта — 663 (12%). Распределение заболеваемости студентов по нозологическим формам указано в таблице:

			Процентное
			отношение к
Место	Выявленные заболевания по	Количество случаев	количеству
	органам и системам		осмотренных
			студентов
1	Заболевания опорно-двигательного	1 208	22%
	аппарата		
2	Заболевания органов зрения	1 024	18,7%
3	Заболевания органов пищеварения	663	12%
4	Заболевания сердечно-сосудистой	327	6%
	системы		
5	Заболевания ЛОР-органов	308	5,5%
6	Заболевания центральной и	248	4,5%
	периферической нервной системы		

7	Заболевания органов дыхания	135	2,5%
8	Заболевания эндокринной системы	94	1,7%
9	Заболевания мочеполовой системы	74	1,4%
Итого і	на 5 478 осмотренных студентов	4 081	74,5%



По данным медицинских осмотров в разных регионах России практически здоровыми признаны лишь 16,5% студентов. В Сибирском федеральном университете этот показатель на 1 курсе составляет 25,5%, а в целом по университету – 24,7%. Однако, такие показатели скорее связаны не с хорошим состоянием здоровья осмотренных студентов, а с тем, что по разным причинам около 5-10% из них скрывают наличие у себя хронических заболеваний, а недостаточная диагностическая база студенческой поликлиники не позволяет выявить их при первичных осмотрах.

Общая динамика состояния здоровья студентов университета с течением времени сохраняется негативной. Если, по данным Студенческой поликлиники, в 2000 году проблемы со здоровьем имели 30 % студентов, в 2010-46 %, то в 2015 году уже более 70 %.

Важным результатом медицинского осмотра является распределение студентов по группам здоровья для занятий физической культурой. Всего занимается физической культурой 14 840 человек, из них в специальной медицинской группе – 3 548 человек (24%).

В ходе анализа отмечено ухудшение показателей состояния здоровья студентов по итогам медицинского осмотра, проведенного в 2015 году по сравнению с предыдущим годом. Это преимущественно связано с большим количеством поступивших в отчетном периоде абитуриентов, имеющих серьезные хронические заболевания и другие отклонения в состоянии здоровья.

В Сибирском федеральном работает университете успешно лаборатория «Функциональной и двигательной деятельности человека» (ФИДДЧ). По программе АСУ «Здоровье» лабораторией ежегодно проводится более 2 000 обследований. Студенты получают компьютерную распечатку о состоянии своего здоровья (паспорт здоровья) и могут при необходимости, ПО рекомендации преподавателя, изменить двигательный режим. Кроме этого, на каждой специализации разработан критерий эффективности учебных занятий по годам обучения.

По данным лаборатории ФИДДЧ СФУ, обучающиеся в университете студенты, находящиеся под наблюдением с отклонениями в состоянии здоровья, демонстрируют устойчивые положительные изменения в показателях жизнедеятельности при соответствующем подборе физических нагрузок и оздоровительных мероприятий. Результаты указанных изменений регистрируются в паспорте здоровья.

Данный мониторинг проводится с исследованием показателей физического развития (рост, вес, динамометрия, гибкость, объем легких), показателей сердечно-сосудистой системы (пульс, артериальное давление). Результаты исследований вносятся в компьютерную программу, проводится обработка полученных данных с распечаткой «Паспорта здоровья».

Таким образом, в процессе обучения в СФУ у части студентов с отклонениями в состоянии здоровья регистрируется положительная динамика при соответствующем подходе к ведению здорового образа жизни.

Ниже приведен образец Паспорта здоровья, который заводится на каждого студента.

«ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»

ОБЩИЕ ДАННЫЕ:

Ф.И.О.

Дата обследования: №3/К: 053027 Факультет: Курс: Группа:

Дата рождения: Пол: Специализация: СМГ

№ Паспорта:

ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ

Курс	I	II	III	на отлично
Рост, см	148	149	149	149
Вес, кг	48	47	50	39-46
Динамометрия, кг	20	22	20	>=20
Гибкость, см	0	0	7	>=16
ЖЭЛ, см3 (объем легких)	1600	1900	2500	>=2850

РЕАКЦИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ НА СТАНДАРТНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ (20 ПРИСЕДАНИЙ ЗА 30 сек)

Арт. Давление, мм. рт. с	110/70	100/60	120/70	120/70-80
Пульс в покое, уд/мин:	72	66	72	<=75
Пульс на нагрузку:	126	132	132	
Время восстановления, сек:	120	90	60	<=70

ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Весо-ростовой индекс	15.12 – оценка 4 – нормальное состояние веса и роста							
Силовой индекс	40.00 – оценка 4 – сила мыщц сгибательной кисти хорошая							
Жизненный индекс	50.00 – оценка 3 – показатель возможности системы дыхания средний							
Гибкость позвоночника	7 - оценка 3 – гибкость позвоночника средняя							
ОБЩАЯ ОЦЕНКА ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ: ХОРОШО								

ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Артериальное давление (АД)	- оценка 5 – отличный показатель артериального давления								
ЧСС в покое	- оценка 5 – Ч СС в пределах нормы								
Время восстановления ЧСС	- оценка 5 — приспосабливаемость организма к нагрузке отличная								
ОБЩАЯ ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ									

СИСТЕМЫ: ОТЛИЧНО

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ПО ВСЕМ ПОКАЗАТЕЛЯМ:

(ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ)

І курс ХОРОШО ІІ курс ХОРОШО ІІІ курс ОТЛИЧНО

ФГАОУ ВО Сибирский федеральный университет Кафедра физической культуры

Лаборатория функциональной и двигательной деятельности человека Учебный центр адаптивной физической культуры

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Ф. И. ОИванова И.И
Год рождения
Домашний адрес
Факультет МТФ Учебная группа МТ
Диагноз Остаточное явление натальной черепно-мозговой травмы с правосторонним <u>гемипарезом</u>
Группа инвалидности: инвалид детства
Результаты врачебных осмотров
06.09.12г. Жалоб на момент осмотра нет. В анамнезе тяжелая родовая черепно-мозговая
травма. Является инвалидом детства. Наблюдается по месту жительства и в студенческой
поликлинике, один раз в году проходит переосвидетельствование на
инвалидность.
Объективно: кожные покровы обычной окраски, чистые. Зев спокойный, гипертрофии
миндалин нет. Периферические лимфатические узлы не увеличены. В лёгких дыхание
везикулярное, хрипов нет. Тоны сердца ясные, ритмичные с частотой 78 ударов в одну
минуту, артериальное давление 120/70 мм. рт. ст . Живот мягкий, безболезненный, печень
по краю рёберной дуги, симптом Пастернацкого отрицательный с обеих
сторон.
Локальный статус: походка не изменена, координация движения не нарушена, однако
справа отмечается слабость в верхней и нижней
конечностях
Рекомендовано: индивидуальный комплекс гимнастических упражнений 2-3 раза в
неделю, плаванье 2-3 раза в неделю, занятия на тренажерах 2 раза в неделю, массаж
правой верхней и правой нижней конечностей, в/зоны №10 один раз в
полгода
Врач – терапевт, физиотерапевт, ЛФК Рябинина Р.А.
13.09.13г. Жалоб не предъявляет. Занятия посещает регулярно, с желанием. Зев
спокойный. В лёгких хрипов нет. Тоны сердца ритмичные. Пульс 72 удара в минуту.
1.00/00
<u> </u>
<u>Ст.</u> Врач – терапевт, физиотерапевт, ЛФК Рябинина Р.А.
25.09.14г. Самочувствие хорошее. Занятия посещает регулярно, рекомендации
выполняет, отмечает улучшение общего состояния. Пульс 72 удара в минуту.
Артериальное давление 120/80 мм. рт. ст
Врач – терапевт, физиотерапевт, ЛФК Рябинина Р.А.

Антропометрические данные и показатели сердечно-сосудистой системы

Показатели	11	курс	2к	урс	3курс		
	1сем.	2сем	Зсем.	4сем	5сем.	6сем	
Вес, кг	43,5	50	44	45	44		
Рост, см	157	157	157	157	157		
ЖЕЛ, cм ³	2400	2350	2350	2300	2300		
гибкость	10	10	11	10	12		
Динамометр.к	16/22	16/22	17/22	18/26	18/26		
АД, уд/мин	110/70	120/80	110/75	110/70	120/60		
ЧСС,мм рт.си.	78	79	82	78	74		

Рекомендации по двигательному режиму

Режим тренировочно - щадящий. Индивидуальный комплекс гимнастических упражнений
(дома и на занятиях). Плаванье. Тренажеры (вело-, гребной-, многофункциональный).
Массаж
Заключение по итогам года
20.05.13г. Активно занималась на всех тренажерах, получила полный курс массажа правой верхней конечности и правой нижней конечностиВыполняет индивидуальный комплекс гимнастических упражнений
10.05.14 г. Рекомендованный комплекс физических упражнений на тренажерах и силовые упражнения с малыми отягощениями выполняет с желанием. Укрепились мышцы ног и
туловища. Артериальное давление и частота сердечных сокращений в пределах
нормы

Лист назначений на массаж

ФИО Иванова И.И.

Врачебн	ый дис	агноз <u>]</u>	<u>Право</u>	стороі	нний і	емипа	<u>арез</u>						
Методи	ка вып	олнени	ия <u>клас</u>	сичесь	<u>кий</u>								
Число пр	оцедур	ໆ		10					5	2			
Количест	тво ед	иниц		30			-		(A)	1		NY.Y	
Область конечно					і ккнжі		<u>2</u> -					1/3	
Врач – п	nepane				вт и Л нина Р			1					
Дата на	значеі	ния <u>06</u>	.09.12	Γ					J	b	- 4	11 1	
Учет пос	сещени	ιй											
Дата нисло месяц	07 10	08 10	09	10 10	11 10	14 10	15 10	16 10	17 10	18 10			
Кол. единиц.	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0			
Итого:		Про	цедур	: 10				Едини	ц:30,0				
Эффект самочуво		пь	ле	гчения			отмеча	ает	У	лучше	ние	(общего
	cm – u	нстру	ктор .	ЛФК									

M

Категория - высшая.Сертификат А № 1088366

Староверова В.Н.

Лист назначений на массаж

ФИО Иванова И.И.

Врачебный диагноз Правосторонний гемипарез Методика выполнения классический Число процедур 10 Количество единиц 30 Область массажа верхняя и нижняя правые Конечности Врач – терапевт, физиотерапевт и ЛФК Рябинина Р.А. Дата назначения 10.09.13г.

Учет посещений

Дата											
число	02	03	06	07	08	11	12	13	14	15	
месяц	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	
Кол. единиц.	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	

Итого: Процедур: 10 Единиц:30,0

Эффективность лечения <u>отмечает улучшение общего</u> самочувствия

Массажист – инструктор ЛФК

Категория - высшая.Сертификат А № 1088366

Староверова В.Н.

Лист назначений на массаж

<i>I</i>	ыи ди	агноз <u> </u>	<u> IIpabo</u>	сторо	нний і	гемипа	арез				<u></u> .	
Методин	ка вып	олнени	ия <u>клас</u>	сичес	<u>кий</u>		·					
Число пр	оцедур	p		10					5	}		}
Количест	пво ед	иниц		30			-		(A)	الأنا		1
Область	масса	ижа <u> </u>	воротн	никова	я зона				11/2		11/18/	
Врач – т	_	_	изиот	_				(M		
Дата на	значеі	ния <u>12</u>	.02.14	<u>Γ.</u>								
Учет пос	ещени	ій										
Дата	12	12	1.4	1.5	16	10	20	21	22	26		
нисло месяц	12 02	13 02	14 02	15 02	16 02	19 02	20 02	21 02	02	26 02		
Кол. единиц.	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0		
Итого:	Процедур: 10						Единиц:30,0					
Эффективность лечения <u>самочувствия</u>				отмечает улучшен				ие	общег			

Дневник самоконтроля

Ф.И.О. ИВАНОВА И.И. Р до 110 уд. в мин.

дата	дата АД		Подтя	пре	отжи	велотренажер (20мин.)		
			гиван	cc	M	нагр	расст.	пульс
			ие			•		
2012г.								
28.09	110/65	78		17	4	0	5.2	98
30.09	105/60	70		17	4	0	5.1	90
05.10	105/65	78		16	4	0	5.4	98
07.10	115/70	72		15	4	0	5.0	92
12.10	120/80	68		16	4	0	5.1	88
14.10	110/60	80		16	4	0	5.3	88
19.10	120/75	68		16	4	0	5.2	96
21.10	115/75	72		17	5	0	5.3	100
26.10	110/70	84		17	5	0	5.1	100
28.10	120/80	82		17	5	0	5.1	98
02.11	110/60	84		16	5	0	5.2	90
04.11	110/60	68		18	5	0	5.4	86
09.11	120/80	72		18	5	0	5.3	88
11.11	110/70	78		17	5	0	5.2	100
16.11	120/80	80		17	6	0	6.3	105
18.11	115/70	80		17	6	1	5.4	100
25.11	120/80	82		17	6	1	5.2	98
30.11	120/80	78		17	6	1	5.1	90
02.12	115/79	68		17	6	1	5.2	99
2013г.								
09.02	115/70	90		17	6	1	5.4	100
14.02	110/70	72		18	6	1	5.4	100
16.02	115/70	78		18	6	1	5.8	100
21.02	115/70	90		18	6	1	5.1	98
28.02	110/70	80		18	7	1	5.6	100
01.03	110/60	72		18	7	1	5.5	100
03.03	100/65	68		17	7	1	5.5	100
07.03	115/75	66		17	7	1	5.8	100
14.03	110/60	78		17	7	1	6.0	105
17.03	120/70	88		18	6	1	6.0	104
22.03	120/70	76		19	7	1	6.3	100

Дневник самоконтроля

Ф.И.О. ИВАНОВА И.И. Р до 110 уд. в мин.

дата	АД	пульс	Подтяги	Пресс	ОТЖИМ	Велотренажер (20мин.)		
			вание			нагр.	расст.	пульс
24.03	110/65	88		18	8	1	6.3	100
29.03	115/75	88		18	8	1	6.2	100
13.09	100/60	78		19	8	1	6.0	99
23.09	100/60	60		19	8	1	6.8	100
27.09	120/80	68		19	7	1	6.7	100
04.09	100/69	68		18	8	1	6.2	100
07.09	110/70	72		19	9	1	6.4	98
11.09	120/70	88		19	9	1	6.5	100
13.09	115/70	88		20	8	1	6.5	100
18.09	110/60	78		19	8	1	6.8	100
21.09	110/60	68		20	9	2	5.8	100
25.09	120/80	66		20	9	2	5.4	97
28.09	120/80	68		21	9	2	5.8	100
02.11	120/70	78		21	9	2	6.0	105
08.11	110/60	77		21	9	2	6.0	100
11.11	110/70	68		22	9	2	6.1	104
15.11	120/80	70		22	9	2	6.0	100
2013г								
10.02	105/78	87		22	9	2	6.0	100
17.02	110/70	68		22	9	2	6.1	100
26.02	115/70	98		23	9	2	6.9	105
27.02	115/75	78		22	9	2	6.6	99
03.03	110/65	84		23	9	1	6.9	100
10.03	110/65	84		23	7	1	6.9	110
14.03	115/75	75		23	9	1	6.8	100
24.03	100/65	78		24	9	2	6.0	100
31.03	120/75	98		24	8	2	6.1	105
07.04	105/65	66		24	8	2	6.3	115
14.04	110/70	79		24	8	2	6.5	110
28.04	115/70	76		24	8	2	6.5	100
06.05	100/60	84		23	9	2	7.4	100
10.05	120/65	81		24	9	2	7.5	102

Дневник самоконтроля

Ф.И.О. ИВАНОВА И.И. Р до 110 уд. в мин.

дата	АД	пульс	подтяги	пресс	МИЖТО	велотренажер (20мин.)		
			вание			нагр.	Расст.	пульс
10.05.	115/60	80		24	8	2	6.8	110
25.09	110/60	80		24	8	2	6.6	108
27.09	120/60	74		24	9	2	6.9	105
04.10	100/60	78		24	9	2	6.8	109
06.10	120/80	72		24	9	1	6.9	106
11.10	110/65	73		25	9	2	6.9	111
18.10	115/60	68		23	7	2	7.5	112
20.10	110/60	72		24	9	2	7.7	108
25.10	110/65	72		25	9	1	8.0	105
27.10	110/60	80		25	10	1	8.0	110
01.11	105/70	73		25	10	2	7.8	118
03.11	110/60	84		25	10	2	7.9	111
28.11	115/70	87		25	10	2	7.8	113
06.12	125/70	85		24	10	2	7.8	115
08.12	105/65	88		26	9	3	6.5	114
13.12	110/75	81		26	10	3	7.0	118